



Zutaten (4 Pers.):

750 g Steckrüben
250 g Möhren
1,5 l Geflügelbrühe
(ungefähr) 0,25 Tl
Cayennepfeffer
1 Prise Muskat
125 ml Sahne
100 g Speck (in dünnen
Scheiben)
100 g Kürbiskerne

Zubereitung:

Steckrübe und Möhren schälen und grob würfeln. Mit Geflügelbrühe knapp bedeckt zum Kochen bringen und in etwa 15 Minuten gar kochen. Pürieren, mit Cayennepfeffer und Muskat würzen und so viel weitere Brühe dazugeben, dass die Suppe eine cremige Konsistenz hat.

Die Suppe erhitzen (nicht kochen) und die Sahne einpürieren. Den Speck in einer Pfanne bei mittlerer Hitze knusprig braten, abgetropft in Stücke schneiden. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten, bis sie sich etwas aufblähen und gut duften.

Die Suppe in einer Terrine auftragen. Speck und Kürbiskerne nimmt sich bei Tisch jeder selbst.

*„Wende dein Gesicht der Sonne zu,
dann fallen die Schatten hinter dich.“
Aus Südafrika*

Liebe Kunden und Freunde des Cassenshofes!

Welch einen milden Winter hatten wir bis weit in den Januar hinein! Und dabei immer wieder der Gedanke „Es ist ja erst ... Mal sehen was noch kommt“. Kritisch wird es für die Natur, wenn diese schon den Frühling empfindet und die Pflanzen anfangen, in die Höhe zu schießen und Knospen zu bilden. Besonders der Raps ist dieses Jahr schon weit und bekommt wohl noch einen auf die Mütze.

Unser Spargel hat die milden Temperaturen genügsam hingenommen und lebt dabei nicht sonderlich gefährlich. Gedanklich sind wir schon voll in die Spargelzeit eingestiegen. Wir planen, entwickeln neue Ideen und sind voller Vorfreude auf die schönste Zeit des Jahres.

Auch unsere Hühner freuen sich, wenn der Winter nicht so kalt ist, sie sind dann lieber draußen unterwegs. Für die Legeleistung jedoch spielen eher die Lichtverhältnisse als die Temperatur eine Rolle.

Jetzt frisch

Magnolien und Tulpen verzaubern den Februar



Oft werden wir gefragt, ob die Eier denn auch frisch sind. Wir lächeln und antworten, die Eier sind noch warm, wenn wir sie in die Verpackung stecken. Frischer geht also wirklich nicht. Aber woran genau erkennt man, ob ein Ei frisch ist?

Am bekanntesten ist wohl der Wasserglas-Test: Legen Sie das Ei ins Wasser. Bleibt es am Boden liegen, ist es frisch, stellt es sich auf, ist es etwa 2 Wochen alt. Schwimmt es oben, ist das Ei etwa 4 Wochen alt. Wie sich das Ei verhält, hängt mit der Luftkammer zusammen, die mit der Zeit immer größer wird. Sie können auch den Hörtest machen: Gluckst es beim Schütteln, ist die Luftkammer bereits vergrößert. Darüber hinaus lässt sich der Frischegrad auch erkennen, wenn man das Ei aufschlägt. Bei einem frischen Ei ist das Eiweiß gewölbt und wird von einem Eiweißring in der Mitte des Eiklars gehalten. Bei einem älteren Ei ist das Eiweiß flacher und das Eiweiß verläuft wässrig.

Natürlich möchte jedermann besonders frische Eier kaufen. Interessant ist es dennoch zu wissen, dass ein Ei erst nach 4 Tagen seinen vollen Geschmack entfaltet. Und möchte man ein Ei nach dem Kochen pellen, empfiehlt es sich

TIPP Beschriften Sie die Eier-Schale mit dem **Mindesthaltbarkeitsdatum**. So behalten Sie die Übersicht.

HOFLADEN & CAFÉ MO–SO, 8–18 UHR

Eier zu kochen, die mindestens zehn Tage alt sind. Frische Eier lassen sich sehr schlecht pellen und bleiben meist nicht unversehrt.

Auf unseren Eier-Packungen stehen zwei Daten. Zum einen das Mindesthaltbarkeitsdatum, das 28 Tage nach dem Legen datiert, und zum anderen das Datum, ab dem die Eier gekühlt gelagert werden müssen. Dieses liegt 21 Tage nach dem Legedatum. Ein Ei muss in den ersten drei Wochen nach dem Legen nur gekühlt gelagert werden, wenn einmal damit begonnen wurde. Temperaturschwankungen sorgen im Ei für Irritationen. Auf der sicheren Seite ist man, wenn man die Eier nach dem Kauf im Kühlschrank aufbewahrt. Bei Temperaturen unter 8° C vermehren sich die Bakterien auf der Schale nicht.

Kaufen Sie die frischen Eier vom Cassenshof doch mal direkt bei uns auf dem Hof und statten unseren Hennen einen Besuch ab. Wir freuen uns auf Sie!

Ihre Familie Voß



Unser Hofladen in Hamburg-Othmarschen: Cassens Hofläden • Waitzstraße 17 • 22607 Hamburg